

# Hongos y setas

**Autor:** Rodríguez García, Jaime (Técnico Superior en Hostelería y Turismo, Profesor Técnico de Formación Profesional de la especialidad de "Cocina y Pastelería").

**Público:** Ciclo Formativo de Grado Superior de Dirección de Cocina. **Materia:** Procesos de elaboración culinaria. **Idioma:** Español.

**Título:** Hongos y setas.

## Resumen

Con la llegada del otoño, los bosques y los prados nos ofrecen innumerables tesoros gastronómicos, como los hongos y setas. Y es que el otoño es época de paseos por el campo para su recolección y de abundancia de estos manjares en los mercados. Requieren su conocimiento para elegir las setas que son aptas para el consumo. Antes de preparar los y setas, es muy importante asegurarse de que son comestibles y limpiarlas de un modo adecuado.

**Palabras clave:** cocina, procesos de elaboración culinaria.

Recibido 2015-11-01; Aceptado 2015-11-07; Publicado 2015-12-25; Código PD: 066005

## IDENTIFICACIÓN, CARACTERÍSTICAS Y APLICACIONES GASTRONÓMICAS



### Camagroc /Rossinyol de Pi.

Con gorro en forma de embudo hacia arriba, es de un color amarillo anaranjado. Su carne es fibrosa, es gustoso y muy perfumado.

Aromatizar cualquier plato, incluso postres.



### Carbonera.

Carne granulosa y firme de color blanco con reflejos violáceos. Olor suave y sabor dulce parecido a las avellanas y algo picante.

Para guisos de carne, sopas cremosas, salteadas y purés de patata.



### Carretera.

Sombrero cóncavo, del caramelo oscuro al beige. Olor muy característico y agradable, almendrado, y su carne es dulce.

Uso en tortilla o revuelto.



### Celeri.

Bulbo o raíz de apio.

En ensaladas es muy sabroso, especialmente mezclado con nueces, zanahorias ralladas, manzana verde y mayonesa.



### **Ceps.**

De dimensiones notables, de color blanco a marrón. Nos ofrece un aroma y sabor deliciosos, nos recuerda a la avellana.

Crudos, en ensaladas, confitados, en la preparación de salsas, etc.



### **Champiñón.**

Sus propiedades remineralizantes y agradable sabor. Popular.

Para la elaboración de cremas y salsas, a la parrilla, rebozados o al horno. También se suelen comer crudos en ensalada.



### **Enoki.**

De color blanco y forma de espagueti, viene en manojos y su sabor recuerda al de los piñones. Origen japonés.

Cocina asiática. Ensaladas templadas, platos de arroz, pasta o sopas.



### **Enoki golden.**

Color anaranjado y forma de espagueti, sabor a piñón. Japonés.

Cocina asiática. Ensaladas templadas, platos de arroz, pasta o sopas. Endurece con la cocción.



### **Fredolic.**

Silvestre de color gris blanquecino. Muy frágil y de fácil rotura, casi sin aroma.

Sopas, cocinado a la plancha o incorporado en guisos.



### **Gírgola/ Seta de ostra.**

De carne firme, algo dura en los ejemplares adultos y de sabor y olor agradables. Pariente de la seta de cardo.

En revuelto, a la plancha, con lentejas.



### **Llanega blanca.**

Cubierta por mucosidad, carne blanca y aromática. Variedad blanca y negra.

Exquisita y combina muy bien en guisos de carne.



**Lengua de bou.**

Color amarillo anaranjado, compacto, su aroma afrutado y amargo.

En guisos, ya que absorbe el sabor de los otros ingredientes.



**Múrgula. Morilla. Colmenilla.**

Carne consistente y elástica, necesita un tiempo de cocción largo.

Es una delicia de la primavera y es ideal para preparar platos de caza, salsas y rellenas. Una de las reinas de la cocina.



**Orejas de buda / de judío.**

Color grisáceo, pie frágil y fino. Sabor amargo.

En cocina oriental, mezclada con verduras y salsa de soja.



**Huevos de rey.**

Sabor dulce y su suave aroma, poco común. Es de pie blanco, sombrero acanalado de color naranja y al nacer parece un huevo.

Frito como crudo, cortado en finas láminas y macerado en aceite de oliva, en revoltillo o a la brasa.



**Perrochico.**

Seta de primavera, de sombrero blanco, crema. De carne blanca, firme, compacta y tierna.

En aceite con ajos. En Álava con caracoles y en salsa.



**Pie de rata.**

Semejante al coral marino. Carne blanca y compacta pero quebradiza, color rosado en las ramificaciones. Sabor dulce y suave.

En tortilla, salteados o en recetas simples.



**Pie azul.**

Sombrero es violeta o lila y carne tierna y blanco liliáceo.

En guisos o guarnición. En crudo es indigesta.



**Piopino. Seta de chopo.**

Seta de cultivo. De color blanco y cabeza marrón. En manojos.

Cocción muy breve, ya que si se cuece demasiado se endurece.



**Portobello.**

Textura firme y tersa, sabor dulce, fresco y delicado.

Para guisos, a la plancha, en salsa, laminados en crudo, salteado con aceite y sal en escamas y ensalada.



**Rosinyol. Rebozuelo o cantarella.**

Carne compacta, fibrosa y de sabor dulce y olor intenso, recuerda al albaricoque. Es de color amarillo y pié bajito.

En dulce o en salado.



**Rovellón. Níscalo.**

Carne rojiza densa, compacta y apariencia oxidada. Sabor delicioso e inconfundible y su olor, suave y dulzón.

A la plancha, en revueltos o en guisos, entre otras. Rey del otoño.



**Seta de cardo.**

Emparentada con la gírgola, es de carne firme, algo dura en los ejemplares adultos y de sabor y olor agradables.

Revuelto, lentejas o a la plancha con aceite.



**Gurumelo.**

Color blanco y pardo que se desarrolla en forma de huevo en el interior de la tierra, en zonas de encinares y alcornoques.

Revueltos, arroces, etc. Al cocinarla adquiere un tono rosado.



**Shii-take.**

Muy aromática y sabor exquisito. Su cultivo, tradicionalmente realizado sobre madera. Oriental. Textura peculiar.

Platos de carne, pollo, arroces, fideos e incluso ensaladas.



**Shimeji blanco.**

Ramillete de setas blancas. Deben cocinarse ya que no resultan muy buenos servidos crudos por su sabor algo amargo. Variedad rubio.

Recetas revueltas, con caza o marisco. En sopas, estofados y salsas.



**Trompeta de la muerte.**

Sombrero de forma tubular y abierto. El nombre del color negro.

Salteada, en crema, en arroces o revueltos. Muy versátil.



**Trufa blanca.” Tuber magnatum pico”.**

Destaca su sabor, gran perfume que nos recuerda al gas. Es la verdura más cara del mundo. Color crema por fuera y por dentro un marrón claro, con venas blancas.

En crudo, rallada por encima en platos de pasta, arroz, huevos.



**Trufa negra melanosporum.**

Color de la corteza entre el pardo oscuro al negro intenso, su interior negro carbón con venas blancas espaciadas.

Enriquecer una interminable serie de platos.



**Trufa negra indicum. Trufa china.**

Es negra por fuera, y carne marrón oscuro, con unas venitas blancas. Parecida a la *Tuber melanosporum*, con mucho menos sabor y aroma, lo que también hace que sea un trufa mucho más económica.

Para aromatizar todo tipo de platos y rellenos.

**Bibliografía**

- Ingredientes. Loukie Werle- Jill Cox. Editorial Köneman.